



**Secretaria de Educação**  
Rua Bolívia, 470 - Jardim Santo Antônio - Caieiras - SP  
CEP: 07700-210 - Tel. 4442-7111

**CARDÁPIO EMEF – ENSINO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) – Maio 2026**

DATA	Segunda-feira 11/5/26	Terça-feira 12/5/26	Quarta-feira 13/5/26	Quinta-feira 14/5/26	Sexta-feira 15/5/26
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Carne de panela (Músculo) com mandioca	Arroz / Feijão Preto Lombo refogado Salada de couve	Macarrão com molho de tomate Peito de frango refogado Salada de vagem cozida Mamão	Arroz/ Feijão Carioca Carne moída refogada Salada de chuchu cozido	Arroz/ Feijão Carioca Sobrecoxa refogada Abóbora refogada Melancia

\*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
ENSINO DE JOVENS E ADULTOS	696,1	48	20	80

Felipe Xavier Manfra  
Nutricionista Responsável Técnico  
CRN-3: 31328